

Wat het leven de moeite waard maakt voor ouderen die afhankelijk zijn van intensieve zorg

Veel ouderen met ernstige fysieke beperkingen of dementie ervaren hun leven nog steeds als waardevol. Waar zit hem dat in? Volgens geestelijk verzorger Peterjan van der Wal is het vooral belangrijk dat zij zich verbonden voelen met de mensen om hen heen. In deze relaties spelen wederkerigheid en gelijkwaardigheid een belangrijke rol. Dinsdag 24 april verdedigde Van der Wal zijn proefschrift *Wat maakt het leven de moeite waard? Ouderen aan het woord die permanent van intensieve zorg afhankelijk zijn aan de Universiteit voor Humanistiek*.

In het onderzoek van Peterjan van der Wal komen mensen aan het woord met ernstige fysieke beperkingen of met dementie. Zij wonen thuis of in een verpleeghuis. Zij vertellen wat voor hen het leven de moeite waard maakt en hoe en in hoeverre zij in staat blijken – tegen alle verwachting in – hun leven te leven en als waardevol te ervaren. Je verbonden kunnen en willen voelen met de mensen en de dingen om je heen, met het leven zelf, blijkt het allerbelangrijkste. Wederkerigheid en gelijkwaardigheid zijn daarbij erg belangrijk, ook om autonomie te kunnen ervaren.

Het sociale netwerk blijkt meestal uitgebreider dan vaak wordt gedacht. Specifiek voor mensen met beginnende dementie betekent lotgenotencontact veel. Herinneringen spelen een opvallende rol, en kunnen de betekenis hebben van een ‘levende relatie’. Daarnaast vinden deze ouderen het erg belangrijk om iets te doen te hebben: dat varieert van pure passie tot louter tijdverdrijf. Passie voegt het meeste toe aan de ervaren kwaliteit van leven. Iets doen voor een ander staat bovenaan. Nagenieten is voor hen even belangrijk als genieten, rust is even vanzelfsprekend en noodzakelijk als actief zijn.

Van der Wal: “Goed ouder worden vraagt – zo blijkt uit het onderzoek – om een actieve houding, niet een van verzet, maar van aanvaarding: het oefenen in de kunst van het ouder worden: niet als de gedroomde ‘eeuwige jongeling’, maar als een zelfbewuste *éminence grise*. De uiteenlopende manieren waarop de onderzochte ouderen omgaan met de situatie in hun leven van nu, schetst een genuanceerder beeld van het ouder worden dan het bekende zwart-wit plaatje van ‘mislukking’ of ‘succes’.”

Voor de praktijk van de intensieve zorg doet Van der Wal een aantal aanbevelingen: Zet in op een meer persoonsgerichte, individuele benadering dan nu nog vaak het geval is. Het is goed om meer aandacht te hebben voor iemands passie of leefplezier en het bieden van perspectieven voor zin: ook ouderen die permanent van intensieve zorg afhankelijk zijn willen iets voor een ander kunnen en mogen betekenen. Ook pleit hij onder andere voor meer keuzevrijheid tussen thuis wonen en in een zorgomgeving, om daarmee meer recht te doen aan de eigen regie en autonomie en aan de individuele behoeften en verlangens van mensen. Tot slot is het goed om anders te gaan kijken naar de begrippen autonomie en eigen regie.

Antonie Jan Peter Willem (Peterjan) van der Wal (geb. 1963) is sinds 1998 als geestelijk verzorger verbonden aan Zonnehuisgroep Vlaardingen. Sinds 2003 verricht hij onderzoek in opdracht van het Jo Visser Fonds (voorheen: Vereniging Het Zonnehuis) dat zich inzet voor beter onderwijs in de ouderenzorg en bijdraagt aan een positievere beeldvorming over ouderen. Hij is nauw betrokken bij het Expertisenetwerk Levensvragen en Ouderen (www.netwerklevensvragen.nl), een samenwerkingsverband van organisaties die zich inzetten voor meer aandacht voor zingeving in zorg en welzijn, en zette zich in voor de ontwikkeling en realisering van Zorggemeenschap, een visie op zorg, waarin ontmoeting, dialoog en samenwerken tussen cliënten, naasten, vrijwilligers en medewerkers centraal staat. Mede van zijn hand verschenen enkele handreikingen voor de praktijk van de ouderenzorg: *‘k Zou zo graag een ketting rijgen* en *Tja, wat zal ik zeggen...*

Wat maakt het leven de moeite waard? Ouderen aan het woord die permanent van intensieve zorg afhankelijk zijn, Utrecht 2018: Uitgeverij Boekencentrum, ISBN 978 90 239 5238 1, € 17,99, verkrijgbaarheid: via de boekhandel en online.

Dit proefschrift werd mede mogelijk gemaakt met financiële steun van het Jo Visser Fonds, de Stichting Rotterdam, de Stichting Deo Volente en de Maatschappij van Welstand.